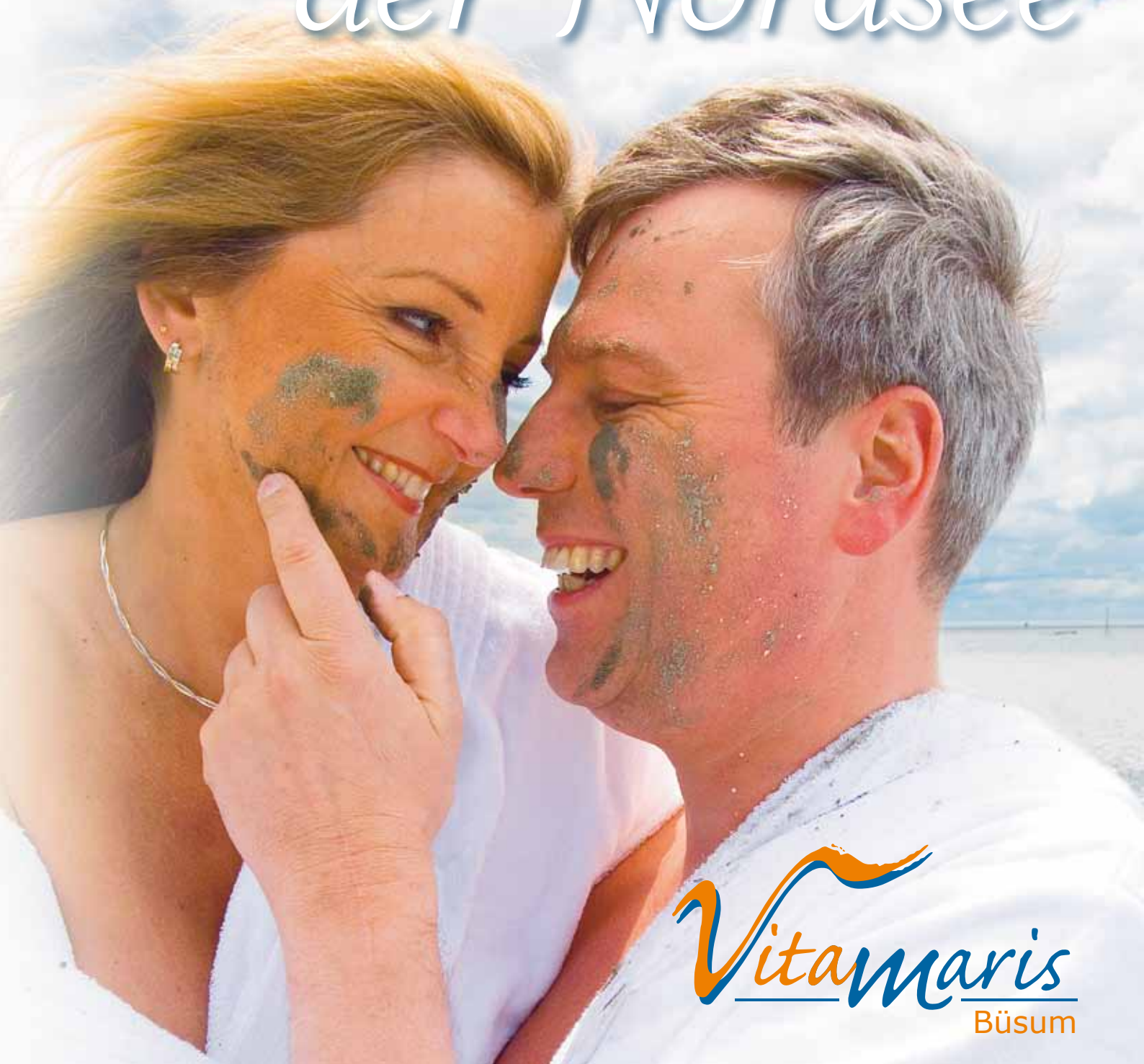


Wellness an der Nordsee



Vitamaris
Büsum

*Ihr Gesundheitsurlaub im Nordsee-Heilbad Büsum
Wellness • Kuren • Therapien • Kosmetik*

Büsum – das ist Erholung

Das beste Rezept für Entspannung: Urlaub an der Nordsee. Das Nordsee-Heilbad Büsum hält alle wichtigen und natürlichen Zutaten bereit, damit Sie mal wieder so richtig abschalten können. „Sommermonsun“ nennen Fachleute die Mischung aus angenehmer Luftfeuchte und ausgeglichenen Temperaturen. Zusammen mit der jodhaltigen Luft entsteht so das wohltuende und heilungsfördernde Reizklima, für das die Nordseeküste bekannt ist.

Unter allen Nordseebädern ist Büsum eine besondere Perle. Zentrum des Ortes war und ist der Hafen. Ausflugsschiffe, Helgoland-Dampfer und Fischerboote schenken dem Ort eine idyllische maritime Stimmung. Unsere Urlauber lieben Büsum besonders wegen der kurzen Wege, alles ist zu Fuß oder mit dem Fahrrad erreichbar. Der grüne Deich – in stürmischen Zeiten schützt er Mensch und Land vor dem „Blanken Hans“ – ist in der warmen Jahreszeit Ruheort und Flaniermeile gleichermaßen. Hier starten außerdem Wanderungen in das Wattenmeer sowie Fahrradtouren in die intakte Natur. Viele gemütliche Strandkörbe erwarten Sie und lassen bei Jung und Alt das bekannte „Nordseefeeling“ aufkommen.

Themen in diesem Heft

Büsum und das Vitamaris 2-5

Wellness + Fitness

Wellness-Wohlfühlwelt	6
Ganzkörperpflegebehandlungen	7
Kosmetik und Beauty von Kopf bis Fuß	8-9
Massage-Erlebnis Vitamaris	10-13

Gesundheit und Kuren

Therapie und Kur im Vitamaris Büsum	14-15
Heilmittel für Ihre Gesundheit	16
Behandlungen	17-19
Fitwelt Büsum	19
Massagen	20-21
Impressum	22
Gesundheitsshop, Öffnungszeiten, Büsumer Badeärzte	23

Telefon und Kontakt 24





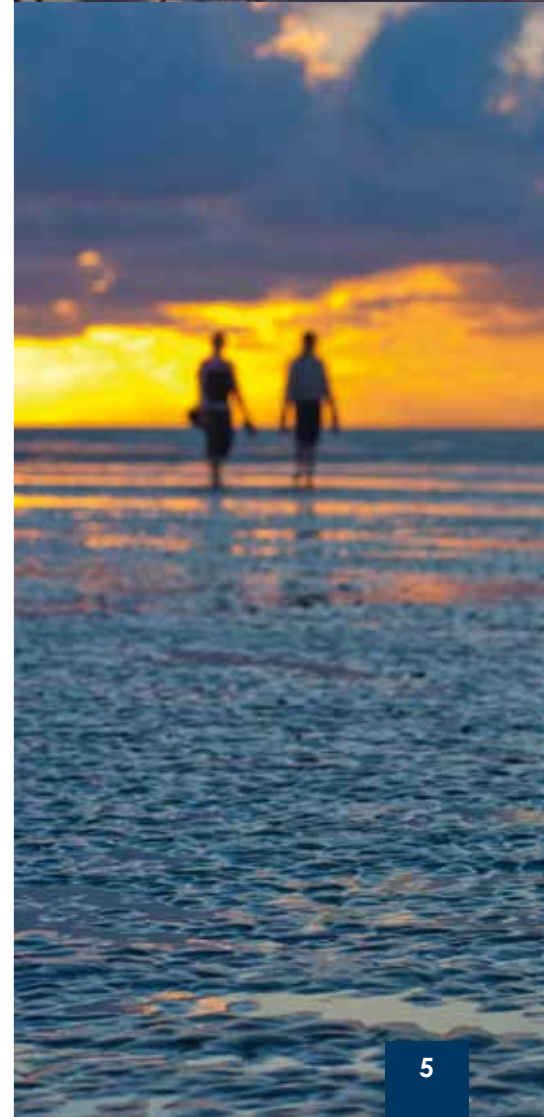
Erleben Sie das Vitamaris Büsum!

Direkt am Museumshafen hinter dem Deich erwartet Sie das Gesundheits- und Thalassozentrum Vitamaris Büsum – Ihr erster Anlaufpunkt in allen Belangen der Gesundheit, der Erholung und des Wohlbefindens. Das umfangreiche Spektrum der klassischen Physiotherapie, auf dem hohen Qualitätsniveau eines modernen Nordsee-Heilbades, steht Ihnen hier zur Verfügung. Die angeschlossene, circa 1000 Quadratmeter große Wellness-Oase und ein einladendes Fitness-Zentrum lassen Wohlfühlräume wahr werden. Vertrauen Sie sich im Vitamaris den Händen unseres fachkundigen Personals an.

Was verstehen wir unter Wellness? Wellness ist für uns kein feststehender Begriff, sondern eine individuelle Empfindung. Deshalb ist Wellness für jeden Menschen etwas anderes. Massagen, Kosmetikbehandlungen, Wärme, Entspannung, Ruhe, Zeit haben, persönliche Betreuung, Gemütlichkeit, das sind die Attribute, mit denen viele Menschen in unserem Nordsee-Heilbad „Wellness“ verbinden und die wir in unserem Gesundheitszentrum Vitamaris realisieren möchten.

Außer den beliebten Wellnessleistungen können Sie im Vitamaris physiotherapeutische Behandlungen und ambulante Badekuren zu jeder Jahreszeit in Anspruch nehmen. Nutzen Sie, wie zahlreiche andere Gäste, die optimale Kombination aus Anwendungen und Urlaub: „Gesundheitsurlaub in Büsum“. Büsum verfügt, als Thalasso-Ort direkt an der Nordsee, über die kurortgebundenen Heilmittel Meerwasser und Schlack, die Ihrem Wohlbefinden dienen. Nirgendwo sonst ist Ihr Körper der Natur so nahe.

Fühlen Sie sich als „Gast“ individuell betreut, genießen Sie ein familiäres Ambiente und schalten Sie vom Alltag ab. Sollten Sie bei den Behandlungen Unverträglichkeiten spüren oder möchten bekannte Beschwerden berücksichtigt wissen, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihre Behandlerin/Ihren Behandler.





Unsere Wellness-Wohlfühlwelt

In der Wellness-Oase sind Sie umgeben von Harmonie und Wärme. Lassen Sie sich in diese Welt der Sinne entführen, erleben Sie ausgesuchte Materialien und eine harmonische Gestaltung. Lassen Sie sich in dieser Wellness-Oase, in der die Zeit stillzustehen scheint, ohne Hektik und wie schwerelos treiben und geben Sie sich unseren Meistern der Entspannung hin. Wann haben Sie zum letzten Mal richtig Zeit für sich gehabt?

Verschiedene Saunen, Tepidarium, Dampfbad, Serail, Saline und Kneippfluss laden zum Verweilen ein. Nach einer auf Ihre Vorstellungen abgestimmten Beratung durch unsere kompetenten Mitarbeiter, tauchen Sie in diese Oase der Harmonie und Ruhe ein.

Saunen und Erlebnisdusche

Die Sauna empfängt Sie im Holz der Eibe. Das edle Holz des Lebensbaumes, die sehr kreislaufverträglichen Temperaturen, sanfte Klänge, farbiges Licht und erlesene Düfte sorgen für wohlige Entspannung. Neben der Bio-Sauna (Idhun-Sauna) bieten wir Ihnen auch eine finnische Sauna an.

Nach dem Saunagang wartet ein geheimnisvoller Raum auf Sie, in dem Ihr Körper Abkühlung findet. Ein Zug am Seil, und aus einem rustikalen Holzfass ergießt sich ein Schwall kühlen Wassers über Ihren Körper. Hinter einem Wasservorhang warten anschließend sanfte Massagedüsen und exotische Klänge auf Sie. Danach können Sie in unserem Außenbereich frische Nordseeluft bei einem traumhaften Meerblick vom Dach des Vitamaris genießen.

Dampfbad und Tepidarium

Die mild-warme, dampferfüllte Luft des Dampfbades wirkt anregend auf den Körper. Aber auch der Geist erfährt besondere Reize: In der Mitte des Raumes funkelt ein Amethyst, und an der Decke scheinen die Sterne geradezu zu funkeln. Wärme ist nicht nur wichtig, damit wir Menschen uns wohl fühlen, sondern ist auch ein Heilmittel. Auf den blauen Keramikliegen im Tepidarium regt ein künstlich erzeugtes „Fieber“ das Immunsystem an. In der wohligen Unterwasserwelt kann man bedenkenlos die Zeit vergessen.

Unsere Ganzkörperpflegebehandlungen

Serail-Bad – Fest der Sinne

Ein kleiner, maritim anmutender Raum mitten in der Wellness-Oase – geheimnisvoll, verlockend, die Neugierde weckend. Im Serail-Bad hilft Ihnen die Kraft der Natur, zu entspannen und vor allem die Haut zu pflegen. Denn in diesem modernen kleinen Badetempel wird die Kraft der Heilerde eingesetzt.

Bei diesem Pflegezeremoniell tragen Sie die verschiedenen Schlämme von Kopf bis Fuß dünn auf Ihren Körper auf. Es handelt sich dabei um naturbelassene Schlämme in unterschiedlichen Farben. Alle Schlämme verfügen über eine besondere Eigenschaft, und so ermöglichen sie Ihnen individuell eine auf Hauttyp und Hautzustand abgestimmte Pflege. Auf warmen Steinbänken sitzend und umgeben von angenehmen Kräuterdüften, wird Ihre Haut von den Schlämmen durchblutet, festigt sich das Bindegewebe und kommt der Stoffwechsel in Schwung. Ein tropischer Regenschauer spült anschließend die Schlämme von Ihrem Körper. Dieses Ritual gemeinsam zu genießen, ist auch für Paare oder kleinere Gruppen ein besonders angenehmes Erlebnis.

Leuchtturm

Unser Ganzkörpermeersalzpeeling (ein Mix aus Aromaöl und BIOMARIS-Meersalz) wird von unseren Kosmetikern auf die Haut aufgetragen und glättet sie. Dabei wird die Durchblutung angeregt, der Lymphfluss aktiviert und die Regeneration der Haut gefördert.

Sandbank

Nach einer individuellen Beratung bringen wir erlesene Hautpflegeprodukte wie Nachtkerzenöl oder Ziegenbuttercreme auf Ihre Haut auf und sorgen so für hochwertige Pflege und völlige Entspannung. Wie auf einer Sandbank in der Nordsee ruhen Sie fast schwerelos „mal unter Wasser, mal obenauf“ wie in einem Wasserbett.

Wellenreiter

Sanfte kleine Wellen aus purem Nordseewasser umspielen Sie und sorgen in Kombination mit sanften Massagedüsen für wahres Wohlbefinden. Unsere Wellness-Profis umsorgen Sie und bereiten Ihnen in einem luxuriösen Wannenbad ein unvergessliches Erlebnis. Ruhige Musik und angenehme Düfte unterstreichen diese einmalige Atmosphäre.





Unsere Kosmetik- und Pflegeangebote

Kosmetik und Beauty

Entspannung und Zufriedenheit kommen von innen! Sie zeigen sich über den „Spiegel der Seele“ – die Haut! Ein ansprechendes Gesicht, das erotische Dekolleté, die gepflegten Hände und attraktive Füße lassen sich durch Kosmetik bei Männern und Frauen positiv beeinflussen. Unsere versierten Kosmetikerinnen haben sich für die hochwertigen Kosmetikprodukte aus dem Hause BIOMARIS entschieden. Bei Gesichtspflege- und Körperverwöhnbehandlungen in entsprechender Wohlfühlumgebung stimmen sie mit Ihnen gemeinsam die optimalen Produktkombinationen ab.

Übrigens: Was für empfindsame Frauenhaut erwiesenermaßen gut ist, dem sollte sich das starke Geschlecht nicht länger entziehen. Gezielt entwickelte „Herrenangebote“ lassen auch Männer nach einem Wellnessstag im Vitamaris ins Schwärmen geraten. Lassen Sie sich von unseren freundlichen Fachkräften beraten!

Gesichtsbehandlungen für Frauen

Das gute Gefühl attraktiv und entspannt auszusehen, vom Partner und den Mitmenschen bewundert zu werden, sich wohlfühlen und dieses dann auch auszustrahlen – das ist das Ziel unserer Gesichtsbearbeitungen. Wir setzen dabei auf professionelle Beratung und verwenden hochwertige und gut verträgliche Pflegeprodukte der Firma BIOMARIS. Verschiedene Pflegebehandlungen mit Ergänzungsmöglichkeiten wie Wimpern- oder Augenbrauen färben und korrigieren stehen unseren Damen zur Verfügung.

Gesichtsbehandlungen für Männer

Auch die empfindsame Haut der Männer benötigt regelmäßige Pflege. BIOMARIS hat sich mit einer eigenen Pflegeserie auf die individuellen Bedürfnisse der männlichen Haut eingestellt. Bei der „Deichgrafenwendung“ speziell für Männer schließen sich bei Bedarf nach der Hautanalyse Bart- und Augenbrauenkorrektur, ein Dampfbad, die Ausreinigung der Haut, ein Gesichtspeeling sowie eine Pflegepackung oder Maske an. Die abrundende beruhigende und entspannende Massage bringt das Gesicht zum strahlen.

Ganzkörperpflege

Mit einem erfrischenden Meersalzpeeling, einem pflegenden Molkebad in der Thalasso-Sprudelwanne, der entgiftenden und zugleich anreichernden Algenpackung im Softpacksystem geben wir der Haut das was sie braucht, um jugendlich, straff und erholt auszusehen. Nutzen Sie unsere Beratung und wählen Sie Ihr spezielles Ganzkörperpflegeerlebnis.

Fußpflege

Die Füße tragen uns zuverlässig den ganzen Tag. Damit sie uns gesund und gepflegt zur Verfügung stehen können, haben Ihre Füße intensive Pflege besonders verdient. Wir helfen Ihnen gerne, egal ob Fußpflege für Sie zu beschwerlich ist oder Sie sich diesen „kleinen Luxus“ einfach mal gönnen möchten. Im Vitamaris bieten wir die medizinische Behandlung und die kosmetische Pflegevariante an und sorgen kompetent für ein gutes „Fußgefühl“.

Handpflege

„Schöne Hände“ gehören zu einem gepflegten äußeren Erscheinungsbild bei Mann und Frau dazu. Unsere Kosmetikerin sorgt bei einer intensiven „Hand-Verwöhnbehandlung“ für strahlend schöne Hände. Der ausgiebigen Beratung folgen ein Handpeeling, die Nagelpflege mit Nagelkorrektur, eine einfühlsame Handmassage und auf Wunsch Nagelmodellage sowie Lack in attraktiven Farbtönen.



Entspannung für Ihr Wohlbefinden:

Massage-Erlebnis Vitamaris

Wer gerät beim Gedanken an eine Massage nicht sofort ins Schwärmen? Unser erfahrenes Personal verfügt über eine Vielzahl von Massagetechniken aus aller Welt. Wir zelebrieren Wellness-Massagen als besondere Erlebnisse, die noch lange in Erinnerung bleiben werden. Zeit spielt dabei eine untergeordnete Rolle – Sie werden spüren, dass diese Massagen mit herkömmlichen nicht vergleichbar sind. Lassen Sie sich durch diese besonderen Massagen verwöhnen.

Aromaölmassage

Seit mindestens 5000 Jahren ist der Gebrauch von heilsamen Ölen bekannt. Schon die Ägypter nutzten die Aromen und Öle zur Heilung und Stärkung der Vitalität und Lebensfreude. Die Aromaölmassage startet mit einem reinigenden und anregenden Peeling. Anschließend beginnt die eigentliche Verwöhnbehandlung, für die die pflegeintensiven Aromaöle individuell angemischt werden. Beruhigender Melissen-, anregender Orangen- oder erfrischender Zitronenduft lassen den Alltag vergessen und entführen in eine andere Welt.

Büsum-Feeling

Die Büsumer Wohlfühl-Ganzkörpermassage der besonderen Art überzeugt durch ihren individuell abgestimmten Massageablauf. Bei angenehmer Hintergrundmusik und frisch angemischtem Öl sind der Kreativität des Therapeuten keine Grenzen gesetzt. Ziel dieser Massage ist es, eventuelle Blockaden zu lösen und Wohlbefinden zu vermitteln.

Fußreflexzonenmassage

Der Fuß spiegelt den gesamten Körper des Menschen wider, wie z. B. die Kopfzone, den Blasenbereich, die Wirbelsäule, das Lymphsystem sowie alle anderen Areale des Körpers. Mit gezieltem aber festem Griff widmet sich der erfahrene Behandler den Füßen. Dabei wird der gesamte Fuß „massierend durchgearbeitet“ – immer auf der Suche nach Informationen über seinen Besitzer. Der besondere Vorteil dieser durchaus auch entspannenden Massage ist, dass die regulierenden Massagegriffe die Fußreflexzonen positiv beeinflussen.

Hamam

„Die weiße Wolke der Reinheit“

Bei dieser mehr als 800 Jahre alten Badekultur der Osmanen geht es nicht nur um die Reinigung des Körpers. Hamam ist „Baden“ in vollendeter Form – Entspannung, Reinheit und Wohlbefinden in einem. Die Zeremonie beginnt mit einer Einladung in ein spezielles Dampfbad – die Poren der Haut öffnen sich, die Haut wird weich und geschmeidig. Nach dem einleitenden Dampfbad spült der Hamam-Meister mit einem Wasserguss aus der Kupferschale „die Sorgen des Alltags fort“. Die anschließende „Abreibung“ mit dem Peeling-Handschuh reinigt die Haut und regt die Durchblutung an. Nach dem zweiten Guss erleben Sie, in weichen und wunderbar duftenden Schaum eingehüllt, eine einfühlbare Ganzkörperseifenmassage. Warmes Wasser, viel Seifenschaum, anregende Düfte und Massageberührungen umschreiben diese unwiderstehliche türkische Badekultur wohl am besten. „Im Hamam nehmen Körper und Geist ein ausgiebiges Bad“.

Honigmassage mit Honigpackung

Die Honigmassage kombiniert Entspannung und Pflege und bietet Wellnessgenuss pur. Schon der angenehme Honigduft lässt Sie den Alltag vergessen. Wussten Sie schon, dass im Bienenhonig Kraft steckt, er belebt, entgiftet und dass er sogar harmonisierend wirkt? Seine Auswirkung gegen ungeliebte Bindegewebsveränderungen (Cellulitis) wird durch unsere gezielte Massage noch verstärkt.

Hot-Stone-Sensitive-Massage

Diese „angenehm heißen“ Speck- oder Basaltsteine haben etwas mystisches an sich, wenn sie als „ruhende oder arbeitende“ Massagesteine beim einmaligen Erlebnis der Hot-Stone-Massage verwendet werden. Das werden Sie spüren, wenn Sie diese wertvolle, über 2000 Jahre alte asiatisch-pazifische Massagekunst erleben. Ihr Körper wird mit wohliger Wärme durchflutet und die Duftöle und die einfühlbare „Steinmassage“ lassen Sie zur Ruhe kommen.

Intuitiv-Sensitive-Massage

Bei der Intuitiv-Sensitive-Massage werden die Elemente verschiedener Massagerichtungen zu einer harmonischen Einheit zusammengefügt. Die Behandlung wird immer individuell gestaltet, bei jeder Massage neu kreiert und ganz auf die Bedürfnisse des Gastes abgestimmt. Jede Massage reicht vom Kopf über Nacken, Schulter, Ober- und Unterschenkel bis hin zu den Fußsohlen. Musik und eine wundervolle Atmosphäre lassen diese einmalig schöne Behandlung zum unvergesslichen Erlebnis werden.





Kräuterstempelmassage

Pantai Luar ist eine historische Anwendung aus dem ostasiatischen Raum und bedeutet übersetzt „Auf zu neuen Ufern“. Nach einer Salbung des gesamten Körpers mit speziellen, vorgewärmten Ölen werden frisch gebundene Kräuterstempel in heißem Öl erhitzt. Durch die kurze, aber angenehme Massageberührung mit dem wohltemperierten Kräuterstempel wird über die Wärmefühler der Haut eine Art „Repariersystem“ in Gang gesetzt. Die Wirkstoffe der Kräuter entfalten sich durch verschiedene Massagebewegungen, kurze Klopfmassagen wechseln dabei mit langsamen, gleitenden Streichungen, Reibungen und Kreisungen.

Diese Massage wird als prickelnd, erfrischend und beruhigend zugleich erlebt. Die Gedanken sind dabei sehr entspannt, die Sinne jedoch geweckt.



Schokoladenmassage

Die Schokoladenmassage mit Schokopackung – ein verführerisch süßer Moment. Bei der Schokoladenmassage wird mit einem exklusiven Schokoladenöl massiert. Spüren Sie die Glückshormone, die während der einfühlsamen Schokoladenmassage freigesetzt werden. Die Haut wird seidig weich und es bleibt ein angenehmer, unwiderstehlicher Schokoladengeruch haften. Zur weiteren Intensivierung dieser traumhaften Anwendung ruhen Sie anschließend bei einer Natur-Schokopackung nach. Sie werden sehen: Schokolade macht glücklich.

Tibetische Massage

Die traditionelle tibetische Technik der Rücken-, Gesichts- und Fußmassage wird mit Energiearbeit zu einer einzigartigen Form einfühlsamer Entspannungstherapie verbunden. Durch besonders sanftes Streichen mit warmem Öl lösen sich Verspannungen und tiefe Blockaden. Die tibetische Ölmassage ist eine der sanftesten Methoden, um Stress abzubauen und um mehr Gelassenheit, tiefe Entspannung und Ruhe zu finden.



Therapie und Kur im Vitamaris

Ein Aufenthalt im Nordsee-Heilbad Büsum alleine verspricht schon Erholung pur. Die optimale Ergänzung für Ihre Gesundheit sind die Anwendungen im Gesundheits- und Thalassozentrum Vitamaris Büsum. Wir bieten Ihnen ganzjährig die Möglichkeit, eine Vielzahl von Gesundheitsdienstleistungen in Anspruch zu nehmen.

Privat- / Selbstzahlerleistungen

Wussten Sie eigentlich, dass Sie sich nahezu alle Behandlungen im Vitamaris Büsum auch als Selbstzahler gönnen können? Eine Verordnung vom Arzt ist nicht in jedem Fall nötig, um sich mal wieder etwas richtig Gutes zu tun. Einfach die gewünschten Leistungen auswählen und schriftlich oder persönlich bei unseren netten Mitarbeitern an der Anmeldung des Vitamaris buchen. Wir beraten Sie gerne bei der Auswahl der für Sie geeigneten Anwendungen. Unser Service: Die rechtzeitige Terminierung ermöglicht für Sie günstige Behandlungszeiten im Vitamaris.

Gesundheitsurlaub in Büsum

Kombinieren Sie Ihren Urlaub mit einem unserer Wellness- und Gesundheitsprogramme, die die verschiedenen Bereiche Ihres Körpers ansprechen und verwöhnen. Wählen Sie zwischen den sechs Gesundheitsprogrammen „Training und Entspannung für Rücken und Wirbelsäule“, „Frei Durchatmen – Atemwege“, „Fit und Fun für Aktive“, „Totale Entspannung erfahren“, „Sanfte Pflege für die Haut“ oder „Entlastung und Linderung bei Gelenkbeschwerden“.

Die „ambulante Badekur“

In Büsum ist die Teilnahme an einer ambulanten Badekur oder einer Mutter-Kind-Maßnahme möglich. Nach der Genehmigung durch den Kostenträger suchen Sie sich ein Quartier in Büsum und vereinbaren einen Termin mit einem hiesigen Badearzt. Das Vitamaris – Ihr Anlaufpunkt in Büsum in Sachen Schlick, Massage, Krankengymnastik und Meerwasseranwendungen – wird von allen Krankenkassen anerkannt. Kuren in Büsum sind außerdem beihilfefähig.

Die „Rezeptambulanz“

Sie können zu Ihrem Büsum-Aufenthalt auch ein Krankenkassenrezept Ihres Hausarztes über die entsprechenden Heilmittel (Heilmittel sind u. a. Schlickbehandlungen, Massagen, Krankengymnastik, Bewegungsbäder und Elektrotherapiebehandlungen) mitbringen. Nach Inanspruchnahme der Behandlung wird die Verordnung durch uns mit Ihrer Krankenkasse abzüglich eventueller Rezeptgebühren abgerechnet. Nach Zusendung der Verordnung können wir auch diese Anwendungen reservieren.

Präventionen

Möchten Sie im Urlaub präventiv etwas für Ihre Gesundheit tun, dann bieten wir Ihnen verschiedene Präventionsleistungen, sogenannte „therapeutische Vorsorgemaßnahmen“ im Vitamaris an. Wählen Sie aus den Präventionsfeldern Bewegung und Entspannung die Kurse Nordic Walking an der Nordsee oder autogenes Training aus. Alle Angebote sollen den Teilnehmern natürlich auch Spaß in der Gruppe vermitteln. Und bedenken Sie: Vorbeugen ist besser als Heilen.

Indikationen:

- Atemwegserkrankungen im Erwachsenen- und Kindesalter
- Erkrankungen des Bewegungsapparates (u. a. Wirbelsäule, Schulter, Hüfte, Knie)
- Hautkrankheiten (Psoriasis, Neurodermitis und Ekzeme)
- Herz- und Gefäßkrankheiten
- Stress, Schlafstörungen und Erschöpfungszustände
- Migräne und Kopfschmerzen

Unsere Service-Leistungen:

- Beratung rund um Ihre Gesundheit
- Terminierung bei Rezepten
- Pauschalangebote für Selbstzahler
- Zeitweise kostenlose Kinderbetreuung während der Behandlungen
- Ruheraum mit Meerblick
- Gebührenfreies Parken während der Anwendungen
- Bedingt behindertengerechte Ausstattung (Fahrstuhl / Lifter / höhenverstellbare Liegen)
- Kostenlose Bereitstellung von Laken und Handtüchern (außer bei Gruppenbehandlungen)
- Geschenkgutscheine

Unser Tipp:

Warum beginnen Sie Ihre Kur eigentlich nicht in der Mitte der Woche? Bei der Anmeldung im Vitamaris ist es dann ruhiger als beispielsweise montags, und Ihre Kur beginnt ohne längere Wartezeit gleich etwas „stressfreier“. Wie wäre es außerdem mit einem Kuraufenthalt in Büsum außerhalb der Hauptsaison!? Klimakuren im Frühjahr, Herbst oder Winter wirken um einiges intensiver als im Sommer und zusätzlich lebt man zu diesen Jahreszeiten in Büsum auch deutlich ruhiger und preiswerter. Termine für Behandlungen auf Rezept können übrigens jederzeit schriftlich reserviert werden.





Was ist Thalasso-Therapie?

Unter Thalasso-Therapie (*thalassa*: (griechisch) „Meer“) versteht man alle Anwendungen, die in irgendeiner Weise mit Meer, Meerwasser und Meeresklima zu tun haben. Diese „natürlichen, nebenwirkungsarmen Heilmittel“ kommen in Büsum in Form von Meerwasser, Schlick, Algen, Klimatherapie, Meersalzpeelings und BIOMARIS-Kosmetik zum Einsatz. Jeder Gast kann sich mit einer Meerwasserinhalation, bei einem Schlickvollbad, einer Naturschlickpackung, einem belebenden Meersalz-Ganzkörperpeeling oder bei einer BIOMARIS-Gesichtsbehandlung etwas Gutes tun. „Thalasso“ kann man aber auch bei einem gemütlichen Deichspaziergang direkt an der Nordsee erleben.



Kurortgebundene Heilmittel

Unter kurortgebundenen Heilmitteln versteht man von Kostenträgern anerkannte, kontrollierte und in ihrer Wirkung nachgewiesene „Therapeutika“ mit regionalem Bezug. Büsum verfügt als Ort direkt an der Nordsee über Meerwasser und Schlick. Meerwasser geben wir entsprechend hygienisch aufbereitet als Bewegungsbad, Wannenbäder und Einzel- bzw. Rauminhalation ab. Schlick erhalten Sie in Form von Packungen und Schlickvollbädern. Nirgendwo sonst ist Ihr Körper der Natur so nahe.



Thermotherapie (Wärme & Kälte)

Indikationen für Schlickpackungen sind vor allem rheumatische Erkrankungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates, Durchblutungsstörungen und Frauenkrankheiten. Gegenindikationen sind wegen der belastenden Wirkung auf den Kreislauf verschiedene Herz-Kreislaufkrankheiten, besonders aber Bluthochdruck.

Meerwasserbäder / Schlickbäder

Die heilende Wirkung des Meerwassers kann durch spezielle Badezusätze noch ergänzt werden. Dazu stehen diverse medizinische Badezusätze mit verschiedenen Wirkungen zur Verfügung.

Behandlungen

Atemtherapie

Bei Einzel- oder Gruppenbehandlungen lernen Sie ökonomische Atemtechniken und atemerleichternde Positionen kennen, die Ihr Lungenvolumen erweitern und die Atemfrequenz senken können.

Balneo-Photo-Therapie

Bei dieser Behandlung werden die bekannten positiven Wechselwirkungen zwischen Meerwasser und Lichttherapie sinnvoll kombiniert. Nach einem hautfreundlichen Meerwasserwannenbad folgt die zellregenerierende „Sonnenlichtdusche“ mit UVA- und UVB-Strahlen. Bitte bringen Sie von Ihrem Hautarzt die Dosierung und Behandlungsempfehlung mit.

Bewegungsbad Gruppe

Im circa 34° C warmen Meerwasser, unterstützt von der Auftriebskraft, leitet ein Therapeut die Bewegungsbadgruppen. Mit oder ohne Gerät spielt Freude an der Bewegung im Wasser für Jung und Alt eine wichtige Rolle. Viele Bewegungen, die „an Land“ Schmerzen bereiten oder gar nicht durchgeführt werden können, sind im Bewegungsbad möglich.

Elektrotherapie

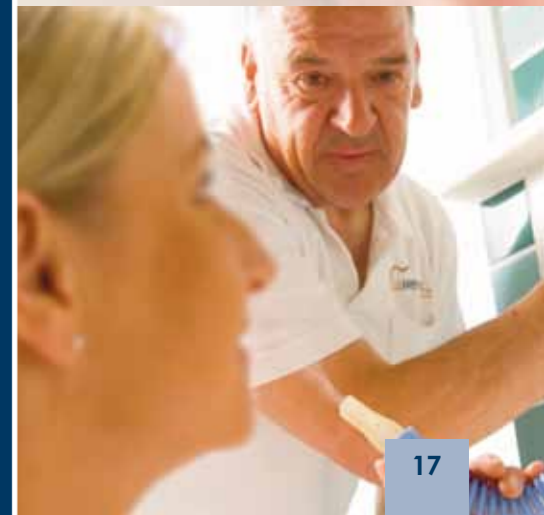
Zur Stoffwechsellanregung und Schmerzbehandlung bieten wir verschiedene Verfahren wie Ultraschall, Interferenzstrom, Iontophorese und Reizstrombehandlung an.

Entspannungstherapie

Fühlen Sie sich angespannt, müde, kraftlos und leer? Durch die Teilnahme an unseren Entspannungskursen „autogenes Training“ oder „progressive Muskelentspannung nach Jacobsen“, können Sie Ihr inneres Gleichgewicht finden und wieder neue Kraft tanken.

Gruppengymnastik

In unserer therapeutisch angeleiteten Gruppe werden nach einer Aufwärmphase Gelenke mobilisiert, geschwächte Muskulatur gekräftigt und zur Verkürzung neigende Muskulatur gedehnt. Im „Sinne der Aufrichtung“ trainieren wir so den gesamten Bewegungsapparat.





Inhalation

Ob zur Prävention oder im akuten Zustand, bietet das Vitamaris Einzel- oder Raumeerwasserinhalationen an. Bei dieser sehr natürlichen Behandlungsform, die sowohl Kinder als auch Erwachsene anspricht, wird Meerwasser vernebelt über Mund oder Nase eingeatmet, was entzündungshemmend und schleimlösend wirkt.

Krankengymnastik

Die Krankengymnasten des Vitamaris unterstützen Sie mit Hilfe verschiedener Behandlungstechniken bei der Behebung Ihrer körperlichen Einschränkungen. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um eine orthopädische, chirurgische, neurologische, pneumologische, gynäkologische oder z. B. internistische Erkrankung handelt. Mit den zahlreichen Methoden / Techniken wie PNF, manueller Therapie, Bobath, Atemgymnastik, PMR, Cyriax, Schlingentischbehandlung usw. stehen unseren Therapeuten die „geeigneten Behandlungswerkzeuge“ zur Verfügung.



Krankengymnastik an Geräten

Diese medizinische Trainingstherapie an Großgeräten, Seilzügen und Hanteln ermöglicht ein gezieltes alltagsgerechtes Training. Im Trainingsplan werden Kraft, Ausdauer, Koordinations- und Gleichgewichtsgesichtspunkte berücksichtigt. Ein Physiotherapeut sorgt für professionelle Betreuung und Trainingsplananpassung.

Manuelle Lymphdrainage

Bei Schwellungen oder Ödemen, z. B. bei Krampfadern oder nach Operationen am Lymphsystem, verspricht diese gezielte Behandlungstherapie durch den Masseur optimale Entlastung.



Nordic Walking

Nordic Walking an der Nordsee ist die ideale Kombination aus Atemgymnastik und sportlicher Betätigung an der frischen Luft. Jeder kann in unseren Kursen oder beim Einzeltraining diese anspruchsvolle und gelenkschonende Technik erlernen. Dieses Kreislauf- und Ausdauertraining wirkt sich positiv auf die Fettverbrennung aus.

Pulsierende Magnetfeldtherapie

Zur allgemeinen Vitalisierung und Regeneration des gesamten Organismus dient diese Magnetfeldtherapie.

Sauerstoff-Vitaltherapie

Diese Behandlung, bei der reiner Sauerstoff eingeatmet wird, ist eine optimale Therapie, um die innere Fitness zu verbessern. Wer unter Rheuma, Kopfschmerzen, Durchblutungsstörungen oder Stress leidet oder etwas gegen die „Frühjahrs Müdigkeit“ und allgemeine Antriebschwäche unternehmen möchte, ist bei dieser Therapie gut aufgehoben.

Rückenschule

Dieser Kurs befasst sich professionell mit der Vorbeugung und Behandlung von „Rückenproblemen“. Das Training ist auf die physiologische und ergonomische Bewegung der Menschen im Alltag ausgerichtet. Schwerpunkte sind die Vermittlung von Basiswissen über die Anatomie (besonders Wirbelsäule, Gelenke, Muskeln und Bänder) und das Trainieren alltäglicher Situationen unter Gesichtspunkten, die die Wirbelsäule entlasten.

Um unser Muskelkorsett langfristig zu stärken, ist auch Eigeninitiative des Patienten gefordert, denn nur mit weiterführenden Übungen und der Umsetzung im Alltag kann der Therapieerfolg gesichert werden.

So werden Sie fit in Büsum:

Die Fitwelt bringt Sie auf Trab

Das Fitness-Studio „Fitwelt Büsum“ im Vitamaris bietet Ihnen nicht nur alle Möglichkeiten, die Sie von einem modernen Studio erwarten dürfen, sondern auch einen besonders schönen Blick auf den Büsumer Hafen.

Das Fitwelt-Team stellt individuell für Sie ein optimales Trainingsprogramm zusammen. Je nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen liegt der Schwerpunkt dann auf der Gewichtsreduktion oder auf Konditions- und Fitnesstraining. Gerade die Geräte aus dem großen Kardiobereich (Herz/Kreislauf) sind für Ihre Fitness die besten Helfer.

Zusätzlich werden Aerobic- und Spinning-Kurse, Seniorengymnastik sowie Möglichkeiten zur gezielten Kräftigung einzelner Muskulaturbereiche angeboten. Dank der Kooperation mit dem Vitamaris können Sie sich nach einem ausführlichen Training auch gleich verwöhnen lassen – wenn das keine Perspektive ist. . .

Weitere Infos zu den Kursen und zum Fitness-Angebot:
Tel.: 0 48 34/48 39 · Fax: 0 48 34/93 79 57
Internet: www.fitwelt-buesum.de





Massagen

Massagen dienen unter anderem der Durchblutungssteigerung, wirken stoffwechsellanregend, lösen Bindegewebsverklebungen und setzen Erholungsmechanismen in Kraft. Sie können Schmerzen lindern, Verspannungen lösen, aber auch anregend und tonisierend durchgeführt werden.

Akupunktur-Saugglocken-Massage

Ziel der Akupunktur-Saugglocken-Massage ist es, die Selbstheilungskräfte des Organismus zu stärken beziehungsweise zu aktivieren. Dabei wirkt sich die Behandlung bestimmter Haut-, Bindegewebs- und Muskelzonen positiv auf zugehörige innere Organe aus. Ursache dafür ist das so genannte „reflektorische Prinzip“, das auch in der Bindegewebsmassage genutzt wird. Gezielte Reize an bestimmten Zonen der Haut haben demnach eine „Fernwirkung“.

Bindegewebe-massage

Es handelt sich dabei um eine sog. Reflexzonenmassage, das heißt über einen bestimmten Massagereiz auf der Haut werden zum Beispiel innere Organe (Atemwege, Gefäßsystem, Herz-Kreislaufsystem) therapeutisch angesprochen.

Cellulitebehandlung

Eine Verbesserung dieses unschönen Hautbildes ist möglich durch eine Kombination aus Kälte-Wärme-Behandlungen und Massagen mit Roll- und Zupftechnik.

Colonmassage

Die Colonmassage kann erfolgreich bei Darmträgheit und Verstopfungen als nebenwirkungsarme Therapieform eingesetzt werden. Ihr Therapeut behandelt gezielt den Bauch.

Marnitz-Therapie

Durch diese punktförmige Massage und Mobilisationsbehandlung werden Verhärtungen bis in tiefere Gewebsschichten gelöst. Diese Kombination aus Tiefenfunktionsmassage und gezielter Bewegung ermöglicht Linderung bei komplexen Beschwerdebildern wie HWS-Armbeschwerden und LWS-Beinproblematiken. Die Marnitz-Therapie ist auch einsetzbar bei bestehenden Lymphödemem oder Ödemgefahr.



Migränebehandlung

Durch die Kombination aus Lymphdrainage, Gesichtsmassage im Schulter-, Nacken-, Kopf- und Gesichtsbereich möchten wir Ihnen nachhaltig Linderung ermöglichen.

Narben- & Schmerzbehandlung

Diese Behandlung dient durch spezielle Massagetechniken der Störfeldbeseitigung und Aktivierung des Energieflusses. Sie kann durch die durchblutungsverbessernde Wirkung auf die Narbenstruktur Einfluss nehmen.

Periostmassage

Die sogenannte Knochenhautmassage wird punktförmig und gezielt eingesetzt, um Knie und Hüftgelenksbeschwerden zu lindern.

Therapeutische Rückenmassage

Genießen Sie eine außergewöhnliche und umfangreiche Rückenmassage, bei der unter fachkundiger Behandlung Ihre Verspannungen gelöst werden. Die Rückenmassage umfasst den ganzen Rücken von der Halswirbelsäule bis zum Gesäß.

Unterwasserdruckstrahlmassage

Sie entspannen völlig schwerelos im warmen Wasser unserer großen Unterwassermassagewanne, in der der Masseur Sie entsprechend Ihren Beschwerden mit einem Druckstrahl massiert.





Impressum

Herausgeber:	Kur und Tourismus Service Büsum Südstrand 11 · 25761 Büsum www.buesum.de
Gestaltung & Layout:	joc-marketing Neue Anlage 17 · 25746 Heide www.joc-marketing.de
Fotos:	Oliver Franke, BIOMARIS, Polylooks, Helga Schulz, Klaus Stemmler, Maïke Otto, Archiv KTS
Texte:	Kur und Tourismus Service Büsum
Druck:	Westermann Druck, Braunschweig

Stand: Oktober 2010.

Gesundheitsshop

Ergänzend zum vielfältigen Wellness-, Fitness- und Gesundheitsangebot hält das Vitamaris eine gut sortierte Auswahl an Körper- und Gesichtspflegeprodukten für das Wohlbefinden Ihres Körpers vor. Im Shop an der Wellness- und Therapie Rezeption können Sie Pflegeprodukte aus den Produktlinien Pino und Biomaris erwerben, die individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmt sind. Selbstverständlich schicken wir Ihnen gerne auch Markenprodukte dieser Firmen nach Hause.

Für Entspannung und Erholung finden Sie im Gesundheitsshop des Vitamaris neben medizinischen Badezusätzen, Gymnastikbällen, Pinofit-Bändern und Ballkissen zum Beispiel auch die Pino-Kissenseerie, mit der Sie gesund liegen und traumhaft schlafen können.

Alle unsere Produkte werden von uns angewandt, haben sich bewährt und erfüllen höchste Qualitätsansprüche – denn unser Ziel ist Ihr Wohlbefinden!

Öffnungszeiten (für Anmeldung & Beratung)

Therapie-Bereich:

Montag bis Freitag 9.00 - 15.00 Uhr

Wellness-Bereich:

Montag bis Freitag 12.00 - 22.00 Uhr
Samstag 11.00 - 19.00 Uhr

Fitwelt Büsum (Fitness):

Montag, Mittwoch, Freitag 10.00 - 22.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag 14.00 - 22.00 Uhr
Samstag 11.00 - 16.00 Uhr

Saisonale Abweichungen oder Änderungen möglich.

Die Büsumer Badeärzte:

Telefonvorwahl: 0 48 34

Dr. med. M. Glashoff (nur Privatpatienten) Otto-Johannsen-Str. 33	20 44
G. Klemm Westerstr. 30	20 88
Dr. med. A. Lindemann Westerstr. 30	66 01
Dr. med. T. Sayer Südstrand 7	96 57 57
V. Staats Westerstr. 30	84 44
Dr. med. J. G. Tratzmiller Westerstr. 30	20 01



Vitamaris

Nordsee-Heilbad
Büsum
KUR UND TOURISMUS SERVICE



Südstrand 5 · 25761 Büsum
E-Mail: vitamaris@buesum.de
Internet: www.vitamaris-buesum.de

**Haben Sie noch Fragen?
Unter den folgenden Telefonnummern helfen wir Ihnen gerne weiter:**

Wellness: Tel. (0 48 34) 9 09 - 1 27
Fax (0 48 34) 9 09 - 1 22

Therapie: Tel. (0 48 34) 9 09 - 1 24
Fax (0 48 34) 9 09 - 1 22

Fitness: Tel. (0 48 34) 48 39
Fax (0 48 34) 93 79 57

**Informationen über attraktive Wellness-Pauschalen mit Unterkunft erhalten Sie
über die Zentrale Zimmervermittlung:
Tel. (0 48 34) 9 09 - 1 10 oder per E-Mail (zzv@buesum.de)**